

# PM

# Långhundradubbeln

# 24–25 augusti 2013

Medeldistans lördag 24 augusti.

Klasser med banlängder.

D10	2,2	D35	3,4	H10	2,2	H35	4,5	Inskolning	2,0
D12	2,4	D40	3,4	H12	2,4	H40	3,9	U1	2,0
D12 Kort	2,2	D45	3,1	H12 Kort	2,2	H45	3,9	U2	2,2
D14	3,0	D50	3,1	H14	3,0	H50	3,5		
D14 Kort	2,4	D55	3,1	H14 Kort	2,4	H55	3,5	Öppen motion 1	2,2
D16	3,6	D60	2,3	H16	3,6	H60	3,4	Öppen motion 3	2,4
D16 Kort	3,0	D65	2,3	H16 Kort	3,0	H65	3,1	Öppen motion 5	3,0
D18	3,4	D70	2,3	H18	3,6	H70	2,7	Öppen motion 7	2,7
D20	3,6	D75	2,0	H20	3,9	H75	2,7	Öppen motion 8	4,5
D21	3,9	D80	2,0	H21	5,0	H80	2,3		
		D85	2,0			H85	2,3		

## Skala lördag

Skala 1:7 500 för DH70 och äldre, alla övriga 1:10 000. Ekvidistans 2,5 meter.

## Start lördag

Första ordinarie start kl. 11:00.

Avstånd till start 1300 m, orange/vit snitsel, alla klasser.

## Framkomlighet

Den stränga vintern har orsakat vindfällen vilket påverkar framkomligheten för medeldistansen i några områden.

**L-100 IF**  
KNIVSTA 

## Långdistans söndag den 25 augusti. Klasser med banlängder.



D21 Elit	8,5	D10	2,1	D35	6,1	H10	2,1	H35	8,1	Inskolning	1,5
H21 Elit	12,4	D12	3,0	D40	5,0	H12	3,1	H40	7,7	U1	1,8
D20 Elit	6,9	D12 Kort	2,1	D45	4,3	H12 Kort	2,1	H45	6,3	U2	2,1
H20 Elit	8,5	D14	3,8	D50	4,3	H14	3,8	H50	6,1		
D18 Elit	6,1	D14 Kort	3,0	D55	4,3	H14 Kort	3,1	H55	5,5	Öppen motion 1	2,1
H18 Elit	7,7	D16	4,3	D60	3,5	H16	5,5	H60	5,0	Öppen motion 2	2,9
		D16 Kort	3,8	D65	3,5	H16 Kort	3,8	H65	4,3	Öppen motion 3	3,0
		D17-20 Kort	4,3	D70	3,1	H17-20 Kort	5,5	H70	4,3	Öppen motion 5	3,8
		D18	5,0	D75	3,1	H18	6,3	H75	3,5	Öppen motion 6	5,5
		D20	5,5	D80	2,9	H20	7,7	H80	3,1	Öppen motion 7	3,1
		D21	6,9	D85	2,9	H21	8,5	H85	3,1	Öppen motion 8	4,3
		D21 Kort	5,0			H21 Kort	8,1			Öppen motion 9	7,7

### Skala söndag

Skala 1:7 500 för DH70 och äldre, för DH16 – 35 skala 1:15 000, samt för övriga skala 1:10 000. Ekvidistans 2,5 meter.

### Start söndag

Första ordinarie start kl. 10:00.

Avstånd till start 700 m, orange/vit snitsel, alla klasser.

### Taggtråd söndag

Vid passage av ängar och hagar kan taggtråd förekomma.

## Gemensam information för båda dagarna:

### Samlingsplats

TC vid Sandtorp på vägen mellan Vidbo och Odensala.

GPS-koordinater: N59.69878,E17.96453

Vägvisning dels från väg 77, 5 km öster om E4:ans Knivstaavfart, dels från väg 273, 2 km norr om Lunda kyrka. Avstånd P - TC 400-800 meter.

Parkeringsavgift 20kr/bil.



## Allmänna kommunikationer

Från Märsta station kan man åka buss 574 till hållplats Åsby grustag. Avgår 09:03. Avstånd hållplats Åsby grustag till TC är 50 meter. Från hållplats Åsby grustag till Märsta station går bussen ca 15:06.

## Karta

Arlanda, reviderad 2011 och 2013.

## Stämplingssystem

SportIdent. Om eget bricknummer ej anges, tilldelas hyresbricka för 25 kr/bricka. SI-Card 9- kan användas.

## Hyrbrickor

Hämtas vid sekretariatet. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 400 kr.

## Direktanmälan

Öppna motionsklasser, ungdomsklasser och inskolning. Anmälan i sekretariatet enligt tider nedan. Ungdom 55 kr, övriga 100 kr.

Anmälningavgiften betalas i efterskott mot faktura.

Går att hyra Sportidentbricka på tävlingsdagen, 25 kr/bricka.

Lördag anmälan 10:00 – 11:30. Fri starttid 10:30 – 12:30.

Söndag anmälan 09:00 – 11:00. Fri starttid 09:30 – 11:30.

## Vakansplatser för ungdomar

Fem vakansplatser har lottats in i ungdomsklasserna. Anmälan till dessa i sekretariatet på tävlingsdagen mot ordinarie avgift 50 kr.

## Terräng

Svag till måttligt kuperad terräng som är öppen och huvudsakligen lättframkomlig. Det förekommer några "grönare" områden. Terrängen är i huvudsak detaljfattig. En del hyggen av olika ålder förekommer.

På lördag passeras en trafikerad väg av samtliga klasser. Passage som är markerad på kartan skall användas och tävlande uppmanas att iaktta stor försiktighet.

Även på söndagen passerar de längre banorna en trafikerad väg.



## Stigar och passager

Vissa otydliga stigar som berör ungdomsbanorna är vitsnitslade. Stigar och passager mellan kontroller som är markerade med rött på kartan är i terrängen snitslade med rödsvita band.

## Förbjudna områden

Förbjudna områden markerade på kartan är inte markerade i terrängen.

## Vätska

Medeldistans: ingen vätska  
Långdistans: vätska för dom längre banorna.

## Kontrolldefinitioner

Kontrolldefinitioner finns lösa och tryckta på kartan i samtliga klasser.

## Nummerlappar

Självserving vid start för klasserna:

Lördag - H21, D21, H18, D18

Söndag - H21E, D21E, H14, D14

## Priser

Prisutdelningar kommer att ske i följande klasser:

Lördag: DH10 - DH21. Från DH35 och uppåt lottas priser bland vinnarna.

Söndag: DH10 – DH16 samt elitklasser. Från DH18 och uppåt lottas priser bland vinnarna.

Antal priser i varje klass anslås på anslagstavla på TC.

Inskolning och U-klasser pris till samtliga vid målgång

Ej uthämtade priser tillfaller arrangören.

## Dusch

Lördag: Utomhusdusch med varmvatten i anslutning till TC.

Söndag: något avkyllt varmvatten i anslutning till TC.

## Toaletter

I anslutning till TC. OBS! Inga toaletter vid start.

## Sportförsäljning

Letro Sport kommer att ha sportförsäljning båda dagarna.

## Tävlingsregler

SOFTs tävlingsregler, inklusive aktuella anvisningar, gäller.

## Service

Servering med gott utbud på TC. Miniknat och barnpassning.

PM, START- OCH RESULTATLISTOR KAN SES VIA  
EVENTOR ELLER VÅR HEMSIDA:

<http://www.langhundraif.net/>

<b>Tävlingsledare:</b>	<b>Hans Sahlberg</b>	<b>018 -34 51 46</b> <b>0709-51 21 45</b> <a href="mailto:gunsanohasse@hotmail.com">gunsanohasse@hotmail.com</a>
<b>Banläggare:</b>	<b>Sven Wigertz</b>	<b>018-34 29 81</b> <b>070-787 93 92</b> <a href="mailto:sven.wigertz@comhem.se">sven.wigertz@comhem.se</a>
<b>Bankkontrollant:</b>	<b>Tommy Åhman</b>	<b>018-161594</b>
<b>Tävlingskontrollant:</b>	<b>Leif-Erik Karlsson Rånäs OK</b>	<b>0175- 72 807</b>

*Långhundra IF hälsar  
alla välkomna!*

**L-100 IF**

**KNIVSTA**

